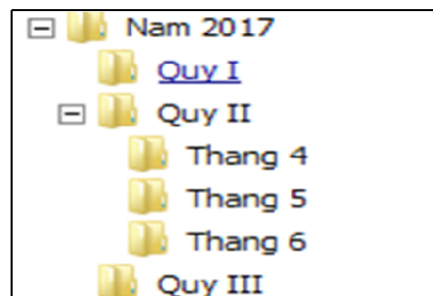


KHÔNG SỬ DỤNG TÀI LIỆU**Câu 1/ HỆ ĐIỀU HÀNH (1 điểm)**

- 1.1/ Tạo cây thư mục như hình vẽ
1.2/ Tìm và sao chép 2 tập tin kiểu là DLL
có kích thước <= 50 KB vào thư mục Quy I

**Câu 2/ SOẠN THẢO (3 điểm)**

- 2.1/ Nhập, trình bày và lưu văn bản sau với tên D:\HọvàTên-MSSV.docx
2.2/ Tạo chân trang (Footer) : MSSV - Số máy - Ca thi - Ngày thi - số trang/tổng số trang

Ngon miệng mà không tăng cân

Nên lựa chọn những món ăn có thể lấp đầy bao tử nhưng chứa ít chất béo nếu muốn giảm cân lành mạnh. Đây được xem là chế độ ăn uống có chỉ số glycemic thấp, nghĩa là chúng giúp bạn cảm thấy no bụng lâu hơn.

1. Súp

Hãy thêm vào các loại rau củ cắt nhỏ mà bạn ưa thích cùng với một ít chất đạm từ đậu, thịt gà hoặc cá để đảm bảo bữa ăn có đủ các thành phần dinh dưỡng cũng như năng lượng cho bạn hoạt động

2. Phô mai làm từ sữa gạn kem

Nếu thức uống của bạn được làm từ sữa chua ít chất béo và trái cây, nghĩa là bạn đang hấp thu protein, chất xơ và calcium

3. Bắp rang và cốm gạo

Bạn ăn một hộp bắp rang không chứa chất béo, hãy thưởng thức thoải mái mà không sợ tăng cân. Ngoài ra, bạn cũng có thể nhâm nhi các loại bánh nướng (như bánh tráng, bánh phồng) hoặc cốm gạo mà không phải lo hấp thu quá nhiều năng lượng.



Ngũ cốc - Ảnh Shutterstock

4. Trái cây và rau quả

Giàu chất xơ nhưng chứa hàm lượng calorie ít hơn các loại thực phẩm khác. Để tăng khẩu vị, bạn có thể chế biến dâu tây, cam, quýt, cà chua, kiwi, cần tây, dưa leo... thành những loại thức uống ưa thích.

5. Ngũ cốc nguyên hạt

Gạo lứt, lúa mì, lúa mạch, bắp... tiêu hóa chậm hơn và tốt hơn so với ngũ cốc đã qua chế biến. Nhờ có chỉ số glycemic thấp và giàu chất xơ nên ngũ cốc nguyên hạt có thể chế ngự cơn đói cồn cào.

6. Đậu

Một ly nước nấu từ đậu xanh và đậu lăng có thể cung cấp lượng chất xơ gấp 2 lần các thực phẩm giàu chất xơ khác.

Quyên Quân

- | | |
|------------------------------------|---|
| ✗ Súp | 1 |
| ✓ Phô mai làm từ sữa gạn kem | 2 |
| ✗ Bắp rang và cốm gạo | 3 |
| ✓ Trái cây và rau quả | 4 |
| ✗ Ngũ cốc nguyên hạt | 5 |
| ✓ Đậu | 6 |

Q : Ăn gì để không tăng cân ?**A : Ăn gì cũng được ... miễn đừng nuốt ☺**

Câu 3/ BẢNG TÍNH (4 điểm)

Nhập, trình bày và lưu bảng tính sau với tên D:\HọvàTên-MSSV.xlsx

CHI TIẾT KINH DOANH ĐIỆN LẠNH THÁNG 10 NĂM 2017

MÃ HÀNG	MÃ NƯỚC	TÊN HÀNG	XUẤT XỨ	NGÀY	SỐ LƯỢNG	ĐƠN GIÁ	GHI CHÚ	THÀNH TIỀN
TL	M			2	750			
MG	P			5	450			
MR	D			10	90			
TL	N			13	1250			
TM	H			20	65			
MG	H			22	350			
MR	D			24	100			
TM	N			25	50			
TD	P			27	85			
TD	M			29	690			

BẢNG TRA CỨU

Mã Hàng	Tên Hàng	Đơn giá				
		Mỹ	Pháp	Đức	Hàn	Nhật
TL	Tủ lạnh	125,000	115,000	75,000	70,000	190,00
MG	Máy giặt	120,000	115,000	73,500	71,500	115,00
MR	Máy rửa chén	130,000	125,000	70,500	69,000	128,00
TM	Tủ mát	135,000	130,000	90,000	95,000	138,00
TD	Tủ đông	250,000	230,000	210,000	200,000	255,00

Yêu cầu

- 3.1/ Nhập liệu và định dạng cho bảng trên. (0.5 đ)
- 3.2/ Lập công thức cột Tên hàng, dựa vào bảng tra cứu. (0.5 đ)
- 3.3/ Lập công thức cột Xuất xứ cho biết mã nước: M là Mỹ; P là Pháp; D là Đức; H là Hàn; N là Nhật (0.5 đ)
- 3.4/ Lập công thức cột Đơn giá, dựa vào **BẢNG TRA CỨU**. (0.5 đ)
- 3.5/ Lập công thức cột GHI CHÚ: Đánh dấu “X” cho những mặt hàng có Xuất xứ từ Mỹ hoặc Nhật, có Số lượng ≥ 100 , có Ngày từ nửa cuối tháng 10. (0.5 đ)
- 3.6/ Thành Tiền = Số lượng * Đơn giá. Nếu mặt hàng có xuất xứ từ Đức hoặc Hàn và Số lượng ≥ 50 thì giảm 1% (Số lượng * Đơn giá). (0.5 đ)
- 3.7/ Lập và tính “BẢNG THỐNG KÊ THÀNH TIỀN”. (0.5 đ)
- 3.8/ Lọc danh sách các mặt hàng “**Tủ lạnh**” sang sheet khác. (0.5 đ)

Tên hàng	Tổng thành tiền
Máy giặt	
Máy rửa chén	

Câu 4/ TRÌNH CHIẾU (2 điểm)

Yêu cầu tạo và lưu bài trình chiếu theo sau với tên D:\HọvàTên-MSSV.pptx

- 4.1/ Thực hiện 3 slides có nội dung và trình bày như hình (0.5 điểm)
- 4.2/ Các Slide đều định dạng Slide Master, Slide sau tự động trình bày sau Slide trước: 3s (0.75 điểm)
- 4.3/ Các đối tượng trong slide có hiệu ứng tùy ý và tự động trình bày sau cái trước: 2s (0.75 điểm)

